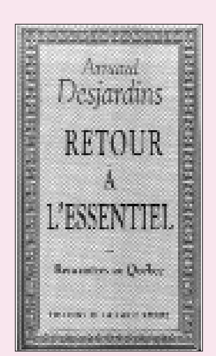
Retour à l'essentiel

Arnaud Desjardins

(2002 – La Table Ronde – 380 p. – 21,5 €)

Ce nouvel ouvrage d'Arnaud Desjardins se présente sous une forme très différente des précédents. C'est la transcription, sous forme de questions et réponses, de dix jours de rencontres quotidiennes avec des auditeurs québécois. Les questions posées portent à la fois sur l'essentiel de la démarche spirituelle mais également sur les problèmes rencontrés par tous dans la vie quotidienne. La connaissance vécue d'enseignements divers comme ceux de Gurdjieff, Swâmi Prajnânpad et du soufisme donne aux propos de Arnaud Desjardins une grande ouverture et une grande force.

Il nous invite à nous observer nous-même, à voir ce qui est, à découvrir notre mécanicité psychologique et notre fonctionnement émotionnel ; il nous propose un « Retour à l'essentiel. »



En réponse à une personne se plaignant de n'avoir qu'une compréhension intellectuelle de l'Ultime Réalité, il lui répond ainsi : « Vous pouvez avoir tout de suite un commencement d'expérience ! Vous vous arrêtez un instant de regarder la télévision, de lire un livre, de téléphoner […] et vous vous surprenez en flagrant délit... d'être ! Simplement, je sens pendant une seconde : j'existe. Il n'y a même pas besoin de formuler « je suis. » […] Pendant une seconde, deux secondes, vous vous êtes rendu compte : je suis conscient que je suis conscient ! Je suis. »

Ce rappel de soi est le point d'ancrage de la connaissance de soi…